

## Kräuter kreativ – der Frühling kann kommen

*Die Temperaturen steigen langsam an, der Schnee geht zurück und die ersten Kräuter strecken ihre Köpfchen in die Höhe.*

Nun ist die ideale Zeit, um gleich die ersten Vitamine aus der Natur für die Gesundheit zu nutzen.

Das gelingt uns im Kurs „**Knospen - schlafende Kraftquellen der Pflanzen**“, denn alles, was sie zum Blühen und Gedeihen brauchen steckt da drinnen.

Im Kurs „**Frauenkräuter – Frauenthemen – Frauengesundheit**“ trifft Zykluswissen auf Wildkräuterkraft. Der weibliche Zyklus ist wie ein feines Barometer – er zeigt uns selbst kleinste Veränderungen im Körper an und erinnert uns daran, auf unsere inneren Bedürfnisse zu achten. Ein Tag für dich!

Blumen lassen sich zu wunderbaren Gebinden verarbeiten. Eine Kunst, die jede/r lernen kann. Mit selbstgepflückten Wildkräutern und Pflanzen aus dem Garten bereitet es besonders viel Freude. Die Kurse „**Blütenzauber für den Kopf**“ und „**Wildkräutersträuße binden**“ bieten Einblick in die Floristik und bringen Inspiration für die eigenen Kreationen.

Unser Pflanzenvielfalt lässt sich aber nicht nur zur Dekoration nutzen. Mit einer breiten Palette an Farben aus der Natur lässt sich Wolle verschönern im Kurs „**Färben mit heimischen Wildpflanzen**“ und Vielfalt aufs Papier bringen im Kurs „**Tinten und Wasserfarben**“. Wer dann noch Blumen damit zeichnet, erhält sein eigenes Herbarium. Im Kurs „**Das gemalte Herbarium**“ lernen wir die Technik, wilder Kräuter zeichnend zu erkunden.

Last but not least lernen wir mehr über **Fasern**. Denn, was gibt es Schöneres, als sich selbst mit Kleidung, also eigenen **Garnen und Stoffen** versorgen zu können?

Die älteste Faserpflanze der Menschheit werden wir im 2-tägigen Kurs „**Brennnessel**“ kennenlernen und die Pflanze ernten, rösten, Fasern gewinnen, das Spinnen und Kordeldrehen üben, sowie die ganze Pflanze versalben, verkochen, verkosten und genießen.

Im Kurzlehrgang „**Flachs Jahreskreis**“ lernen wir vom Anbau bis zur fertigen Faser alle Feinheiten und den Flachs sowie das Leinen zurück in unser Leben holen: Anbauen, Ernten, Hecheln, Brecheln, Spinnen und Weben. Jede/r wird mit seinem eigenen Stück Textil oder gewebten Band nach Hause gehen.

Wenn das kein bunter Frühling wird!

Wer nicht so lange warten möchte, dem bieten wir noch schnell 2 kreative Möglichkeiten:

- **Lettering - gestalte deine Etiketten**, 2. März 2026 in Linz - selbstgeschriebenen Etiketten sehen einfach großartig aus! Sie geben deinem Produkt einen ganz persönlichen Touch. Dieser Kurs bietet auf jeden Fall Inspiration und viele praktische Tipps! Und glaube mir: du kannst das!
- **Bandeln – Bänder flechten und weben**, 12. und 13. März 2026 in Saxen - Es ist eine Sache seinen eigenen Faden zu spinnen, aber den auch noch zu Bändern und Gewebe zu verarbeiten ist eine Kunst, die schnell erlernt ist und schon eine lange Tradition hat. Unbedingt ausprobieren!